Munvård för äldre anhöriga

När en äldre anhörig får svårare att klara vardagen kan munvården bli lidande. Som anhörig kan du göra mycket för att hjälpa.

Varför är munvården viktig?

En frisk mun gör det lättare att äta, prata och må bra. Hål och tandköttsinflammation kan ge smärta och påverka aptiten.

Tecken på att hjälp behövs

- Dålig andedräkt.
- Matrester på tänderna.
- Ovilja att äta.
- Blödande tandkött eller sår i munnen.

Hur du kan hjälpa till

Påminn om tandborstningen eller hjälp till om det behövs. Använd en mjuk borste och fluortandkräm. Hjälpmedel med tjockare handtag kan göra **Bläddra runt på den här sidan** det lättare att borsta själv.

Proteser

Om din anhöriga har protes behöver den rengöras varje dag och munnen inspekteras.

Hjälp med tandvårdsbesöken

Hjälp till att boka tid och följ gärna med till besöket. Ta med en lista över läkemedel.



Stöd från regionen

Vissa personer har rätt till särskilt tandvårdsstöd från regionen. Fråga tandvården eller kommunen vad som gäller.

Om din anhöriga inte vill ha hjälp

Det kan kännas integritetskränkande att få hjälp med något så personligt som tandborstning. Försök göra det på ett respektfullt sätt. Fråga hur hen vill ha det, låt hen göra så mycket som möjligt själv och hjälp till med resten. Ibland fungerar det bättre om hjälpen sker vid en lugn tid på dagen. Om det är svårt, fråga tandvården om tips.

Om din anhöriga bor på boende

Om din anhöriga bor på ett särskilt boende har personalen ansvar för att hjälpa till med munvården. Det kan ändå vara bra att fråga hur det fungerar och om din anhöriga får hjälp med tandborstningen varje dag. Vissa personer har rätt till munhälsobedömning och nödvändig tandvård genom regionen, och boendet kan ofta hjälpa till med det. Om du märker att munnen inte sköts, prata med personalen. Det handlar inte om att kritisera, utan om att din anhöriga ska må bra och kunna äta.

Ett gott samarbete mellan anhöriga och personal ger ofta bäst resultat. Fråga gärna vem som är kontaktperson för munvården.

Sammanfattning

Som anhörig kan du påminna, hjälpa till med borstningen och boka tid hos tandvården. Det gör stor skillnad för din anhörigas munhälsa och välbefinnande.

bokatandlakartid.se hjälper dig som ska boka tid hos tandläkaren. Läs råd om bokning, undersökningar och munhälsa.